TRANS*
GANZ EINFACH

IM JOB, IN DER FAMILIE, AUF KLASSENFAHRTEN – PRAXISNAHE INFOS FÜR ANGEHÖRIGE, FREUND_INNEN UND FACHKRÄFTE



Inhalt

TRANS* IN DER FAMILIE

TRANS* KINDER UND JUGENDLICHE

MEDIZINISCHE DIAGNOSTIK

IDENTITÄT UND KÖRPER

RECHTLICHE FRAGEN

Einleitung

Der Bundesverband Trans vertritt die Anliegen von trans* Menschen in ganz Deutschland und setzt sich für eine Gesellschaft ein, in der alle trans* Personen in Würde leben. Sicher, selbstbewusst und selbstbestimmt.*

*Dieses Heft richtet sich an alle, die erste Informationen über Trans*geschlechtlichkeit suchen. Es enthält eine Einführung in das Thema, beantwortet häufige Fragen und gibt Tipps, wie Angehörige, Freund_innen, Lehrer_innen, Kolleg_innen und Arbeitgeber_innen trans* Personen in ihrer Umgebung unterstützen können.*

Für viele Trans, gleich welchen Alters, sind die Reaktionen von Freund_innen und Familie auf ihren Weg sehr wichtig. Deshalb richtet sich dieses Heft bewusst an all diejenigen, die vielleicht bisher wenig Berührung mit dem Thema hatten. Niemand kann alles wissen. Aber lesen hilft. Und für die, die gerade mitten in einem Trans*-Coming-out stecken, ist es sehr sehr hilfreich, wenn sie nicht immer alles selbst erklären müssen. Hier also der erste Überblick über Grundlagen, Begriffe, Alltagsthemen, rechtliche und medizinische Fragen.*

Viel Spaß beim Lesen!

GRUNDLAGEN

Was heißt überhaupt trans*?

Bei der Geburt, heute oft schon vorher, wird den meisten Menschen ein Geschlecht zugewiesen. Irgendjemand guckt dem Neugeborenen zwischen die Beine und sagt zum Beispiel: Es ist ein Junge. Vielleicht fühlt sich dieser Mensch aber später dem männlichen Geschlecht gar nicht zugehörig. Oder nicht ausschließlich. Oder nicht immer. Dann könnte sie_er sich als „trans*“ oder „transgeschlechtlich“ bezeichnen. Diese Begriffe zeigen an, dass das erlebte Geschlecht nicht mit dem zugewiesenen Geschlecht übereinstimmt.

Manche trans* Menschen fühlen sich einem anderen Geschlecht zugehörig. Statt als Junge wollen sie als Mädchen oder Frau leben – oder umgekehrt. Andere trans* Menschen fühlen sich mal männlich, mal weiblich oder als irgendetwas dazwischen. Andere empfinden sich gar nicht als geschlechtlich. Weil das individuell verschieden ist, verwenden trans* Menschen viele verschiedene Begriffe für sich selbst. Zum Beispiel transgender, transident, transsexuell, trans* Frau, trans* Mann, nicht-binär oder agender. Diese Begriffe sind Versuche, das eigene Geschlechtserleben zu erklären und für andere nachvollziehbar zu machen. Sie sind ein Angebot, miteinander in Beziehung zu treten.

Grundlagen über Geschlechter

Es gibt heute ganze Forschungszweige zu der Frage, wie das entsteht, was wir Geschlecht nennen. Klar ist inzwischen: Einfach ist es nicht. Die Biologie kennt mehr als zwei Geschlechter. Die Genetik kennt viele verschiedene Chromosomen, die beim Geschlecht mitreden. Die Gesellschaftswissenschaften kennen viele verschiedene Arten, auf die Geschlecht hergestellt und erfahren wird. Jede Gesellschaft hat unterschiedliche Ideen, was eine Frau oder einen Mann ausmacht und wie viele Geschlechter es gibt. Jedes Kind lernt und verinnerlicht diese Codes und verhält sich danach. Für manche fühlt sich das irgendwann ganz stimmig an. Für manche mittelmäßig – aber passt schon. Viele machen sich passend und für manche passt es eben nicht.

Nicht-binär: Es gibt trans* Menschen, für die sich Zweigeschlechtlichkeit an sich nicht richtig anfühlt. Sie empfinden sich als vielgeschlechtlich, geschlechtslos, wechseln in ihrem Geschlechtsausdruck, oder oder oder. Sie benutzen Begriffe wie nonbinär, agender, genderqueer oder genderfluid, um ihr Erleben zu beschreiben.

Zweigeschlechtlichkeit: Das Wort bezeichnet die gesellschaftliche Vorstellung, dass es nur genau zwei Geschlechter gibt, die sich ihrem Wesen nach stark voneinander unterscheiden. Bei dieser Art, Geschlecht zu denken, stehen Männlichkeit und Weiblichkeit einander als Gegensätze gegenüber, wobei Männlichkeit als überlegen und Weiblichkeit als untergeordnet gilt.

Ist das nur eine Phase?

Nein. Wenn jemand Ihnen sagt: „Ich bin trans*", dann ist das die volle gegenwärtige Realität. Es ist oft ein Vertrauensbeweis, ein Beziehungsangebot und zugleich etwas, was nicht erklärt oder begründet werden kann.

Und ja. Geschlecht ist etwas Veränderliches, das gilt für alle Menschen. Bei manchen Menschen ändern sich im Laufe des Lebens nur Facetten der eigenen Geschlechtlichkeit. Weil zum Beispiel Weiblichkeit oder Männlichkeit in verschiedene Lebensphasen unterschiedlich gedacht werden. Für andere entwickelt sich die Geschlechtsidentität so grundlegend, dass das als trans* benannt werden möchte. Warum das manchmal so ist und manchmal nicht, warum Trans*geschlechtlichkeit mit 13 oder 43 Thema wird, dafür gibt es viele Erklärungen oder gar keine.

Wichtiger als die Frage nach dem „Warum" ist die nach dem „Wie": Wie geht es jetzt weiter, wie fühle ich mich wohl, wie kann ich in dieser Lebensphase glücklich

WICHTIGE BEGRIFFE ...

Trans*: Trans*geschlechtlich bedeutet: Jemand fühlt sich *nicht, nicht ganz oder nicht immer* dem Geschlecht zugehörig, das der Person bei der Geburt zugewiesen wurde.

Inter*: Intergeschlechtlich heißt, dass jemand körperliche Geschlechtsmerkmale hat, die aus medizinischer Perspektive teils als weiblich, teils als männlich zugeordnet werden. Inter*geschlechtlichen Personen wird meist bei der Geburt ein Geschlecht zugewiesen – das oft mit gewaltvollen medizinischen Eingriffen „durchzusetzen" versucht wird. Intergeschlechtliche Menschen können sich daher auch als trans* definieren – wenn das nach der Geburt zugewiesene Geschlecht für sie nicht stimmt.

Das Sternchen*: Das Zeichen * wird in Computersystemen und Chats als Platzhalter für eine beliebige Zeichenkette verwendet. Angehängt an das Wort trans* setzte es sich zunächst als Zusammenfassung verschiedener Selbstbezeichnungen durch. Statt „transgender, transgeschlechtlich, transsexuell oder transident" wurde einfach „trans*" geschrieben. Inzwischen dient „trans*" als Überbegriff für die verschiedensten trans*geschlechtlichen Selbstbezeichnungen und Konzepte, das Sternchen macht auf eben diese Vielfalt aufmerksam. Parallel wird das Sternchen auch benutzt, um in Lehrer*innen oder Schüler*innen

... KURZ ERKLÄRT

alle Geschlechter mit zu nennen. Für dieses Anliegen verwenden wir beim Bundesverband Trans* den Unterstrich.

Transsexualität: Dieser Begriff wird heute nur noch selten verwendet und von den meisten trans* Personen als unangenehm und/oder unpassend empfunden. Denn mit Sexualität hat Trans*geschlechtlichkeit nichts zu tun. Außerdem hat der Begriff eine bedrückende medizinische Geschichte, in der Transgeschlechtlichkeit als krankhaft verstanden wurde.

Homo- und Heterosexualität: Diese Begriffe beziehen sich darauf, in wen sich eine Person verliebt und/oder mit wem sie Sex haben möchte. In wen sich trans* Personen verlieben, kann ganz unterschiedlich sein, es kann sich im Zuge eines Trans*-Coming-outs ändern oder gleichbleiben, es gibt homo-, hetero-, bi-, pan- und asexuelle trans* Personen.

Transition: Das Wort bezeichnet den Weg einer trans* Person weg vom Zuweisungsgeschlecht hin zu ihrem Identitätsgeschlecht. Die Transition kann zum Beispiel Coming-outs, eine Namensänderung, körperliche Veränderungen und andere Schritte umfassen. Für manche ist eine Transition irgendwann abgeschlossen. Für andere ist es eher ein offener Prozess.

sein. Denn die eigene Trans*geschlechtlichkeit nicht zu leben, macht erfahrungsgemäß krank.

Selbstbestimmung

Welches Hobby, welche Frisur, welches Reiseziel? Das entscheiden Sie vermutlich gern selbst. Und Ihr Geschlecht? Das lassen Sie sich natürlich auch nicht von der Personalabteilung vorschreiben. Auch trans* Menschen haben ein Recht auf Selbstbestimmung. Sie wissen selbst – oder finden es heraus – welches Geschlecht sie haben, wie sie sich nennen wollen und was sie brauchen, um glücklich zu sein. Ganz einfach.

Gab es trans* Menschen schon immer?

Soweit historische Zeugnisse zurückreichen – ja. Aus vielen Kulturen und Zeiten sind Regeln für Übergänge zwischen Geschlechtern oder für ein „drittes“ oder „viertes“ Geschlecht bekannt. Die Vorstellung, was Trans*geschlechtlichkeit bedeutet, hat sich hingegen verändert – ebenso wie die Vorstellung, was eine Frau oder einen Mann ausmacht.

Wie fühlt sich das an – trans* zu sein?

...Ich weiß, welchen Körper ich habe und was das in unserer Welt bedeutet. Und ich spüre, dass mein Gefühl, meine Selbst-

wahrnehmung, meine Identität davon abweicht. Ich weiß vielleicht: Wenn ich das zeige, werde ich für verrückt erklärt. Oder einfach nicht ernst genommen. Vielleicht werde ich aus dem Sportverein ausgeschlossen, verliere Freund_innen, Beziehung, Sicherheit. Aber wenn ich es nicht zeige, fühle ich mich zerrissen, fremdbestimmt, abwesend...

Diesen Zwiespalt wahrzunehmen, kann zu Verwirrung, Ratlosigkeit und Angst führen, aber auch zu Entschlossenheit, Aufatmen und Wut. Viele trans* Menschen müssen in einer Umwelt klarkommen, die wenig Unterstützung und Orientierung bietet. Vorbilder gibt es kaum, in Filmen, Büchern und Medien werden häufig stereotype Bilder gezeigt. Trans* Menschen sind gezwungen, sich grundlegend mit dem eigenen Körper, mit gesellschaftlichen Normen und mit der eigenen Identität auseinanderzusetzen. Sie müssen sich annehmen, akzeptieren und liebhaben, obwohl es keine Erklärung für ihr Erleben gibt, und obwohl ein Teil der Welt da draußen sie verachtet. Sie müssen die Frage, was sie wirklich brauchen, radikal ehrlich beantworten. Wie fühlt sich das an? Ganz schön viel. Und ganz schön lebendig.

TRANS* UND DISKRIMINIERUNG

Erleben alle trans* Menschen Diskriminierung?

Die Antwort lautet im Moment leider: Ja. Diskriminierung beschreibt die strukturelle und alltägliche Benachteiligung von Menschen aufgrund einer bestimmten Gruppenzugehörigkeit. Trans* Menschen erfahren solche Benachteiligungen zum Beispiel in diesen Momenten:

Beispiele

- fehlende Akzeptanz des eigenen Vornamens und des richtigen Pronomens
- Anfeindungen durch Familie und Partner_innen
- Unsicherheit und Beleidigungen beim Gang zur Toilette

- Ausschluss aus geschlechtshomogenen Sportgruppen
- Probleme, wenn bei einer Polizeikontrolle der Vorname im Ausweis nicht mit der Wahrnehmung der Polizist_innen übereinstimmt,
- Ablehnung bei Job- und Wohnungsbewerbungen
- transfeindliche Beleidigungen und Angriffe im öffentlichen Raum
- Skepsis oder Kriminalisierung bei Verwendung ihrer EC-Karte
- abwertende Behandlung bei Ärzt_innen und Ämtern
- institutionelle Hindernisse bei Vornamens- oder Personenstandsänderung
- …

Solche Erfahrungen führen bei trans* Menschen häufig zu einer hohen Stressbelastung im Alltag. Die Verinnerlichung der gesellschaftlichen Abwertung kann zu Ängsten, sozialem Rückzug, Angst vor Arztbesuchen oder Selbsthass führen. Die Folgen sind eine schlechtere Gesundheitsversorgung und eine höhere Gefährdung für Vereinsamung und psychische Erkrankungen.

Schutz gegen Diskriminierung ist ein Menschenrecht

Der Schutz gegen Diskriminierungen ist in verschiedenen internationalen Abkommen, wie auch im deutschen Grundgesetz und im Antidiskriminierungsgesetz als Menschenrecht festgeschrieben. Sprich: Niemand sollte wegen seines Geschlechts oder wegen ihrer Trans*geschlechtlichkeit diskriminiert werden. Dafür ist irrelevant, wie viele Menschen von einer bestimmten Diskriminierung betroffen sind, denn Menschrechte gelten für jede_n Einzelne_n.

Dennoch sind trans* Personen immer wieder von Diskriminierungen betroffen – teils durch die eigenen Vertrauenspersonen, zum Beispiel durch Lehrer_innen, Freund_innen oder Familienmitglieder. Unterstützung finden sie in solchen Fällen häufig nur bei Trans*beratungsstellen.

Was können Angehörige und Freund_innen tun?

Sie können zu Verbündeten werden. Verbündete nehmen die Diskriminierungserfahrung von trans* Personen ernst, stellen sie nicht in Frage, spielen sie nicht herunter. Sie gehen auf Schulen oder andere Einrichtungen zu, führen Gespräche und leisten Aufklärungsarbeit. Sie fordern die Einhaltung von Diskriminierungsverboten, sie informieren sich über Rechtsmittel und bleiben dabei gelassen. Sie sprechen mit Ur-groß-und-Patentanten, machen gemeinsam Plan A, B und C und entscheiden nichts über den Kopf der betroffenen trans* Person hinweg. Sie ermutigen, kochen Tee und kaufen Schokolade. Und wenn sie sich selbst mal vertan haben, sagen sie einfach Entschuldigung.

Auch Freund_innen und Angehörige werden häufig für ihre Haltung angegriffen. Dann ist es wichtig, sich beraten zu lassen, sich zu vernetzen und Trost zu finden.

TRANS* PERSONEN IM ALLTAG RESPEKTIEREN

Über Namen und Pronomen

Jeder Mensch hat die Freiheit, sich so zu nennen, wie sie_er es möchte. Diesen Namen zu verwenden, ist eine Frage der Höflichkeit und des Respekts. Wenn sich jemand im Kegelverein vorstellt mit: „Ich heiße Manni“, dann wird dieser Name benutzt. Zu sagen: „In deinem Ausweis steht aber Manfred, ich nenne dich nur Manfred!“ – das wäre reichlich unfreundlich.

Für trans* Menschen ist die Benutzung des von ihnen gewählten Vornamens sehr wichtig. Darin drückt sich aus, dass ihre geschlechtliche Identität respektiert wird. Gleiches gilt für das oder die gewählten Personalpronomen. Es kann ungewohnt sein, jetzt er statt sie zu verwenden. Es kann das eigene Sprachgefühl herausfordern, wenn jemand gar keine oder neue Pronomen wie xier, hen oder they für sich verwendet haben möchte. Nutzen Sie diese Herausforderung, um über Sprache nachzudenken, um Flexibilität zu üben und experimentierfreudig zu werden. Als die ersten Ärztinnen nicht mehr „Arzt“ genannt werden wollten, war das zunächst auch sehr ungewohnt.

Klassenbuch, Zeugnisse, Urkunden – was ist erlaubt?

Mündlich – schön und gut. Aber was ist schriftlich erlaubt? Zunächst ganz einfach: Wenn eine Vornamens- und Personenstandsänderung gerichtlich festgestellt wurde, müssen alle alten und neuen Dokumente auf den neuen Namen ausgestellt werden.

Aber was, wenn bisher keine „offizielle“ Namens- und Personenstandsänderung erfolgt ist? Darf dann ein Zeugnis auf einen selbstgewählten Namen ausgestellt werden? Ist das Urkundenfälschung oder ist es ein nützlicher Handlungsspielraum, um trans* Personen den Alltag zu erleichtern? Glücklicherweise letzteres.

Eine Urkundenfälschung liegt vor, wenn jemand anders als die befugte Behörde, eine Urkunde ausstellt, wenn also über den Aussteller der Urkunde getäuscht wird. Von einer Falschbeurkundung wird gesprochen, wenn durch eine Urkunde über genau die rechtserhebliche (!) Tatsache getäuscht wird, um die es geht – wenn also beispielsweise auf einem Zeugnis eine falsche Note bescheinigt wird.

Gesetzlich sind Menschen nur in wenigen Fällen verpflichtet sind, ihren amtlich eingetragenen Vornamen anzugeben: Bei der Aussage als Zeug_in vor Gericht, bei einer notariell beglaubigten Unterschrift und im Falle einer Befragung durch Polizei oder andere Amtsträger, wenn beispielsweise wegen einer Straftat ermittelt wird. In Klassenbüchern, Teilnahmelisten oder Fachartikeln darf der gewählte Name verwendet werden. Und auf Arbeits- und Schulzeugnissen, Monats- und Bibliothekskarten, Schüler- und Vereinsausweisen ebenfalls. Bei Unsicherheit können Zeugnisse auch doppelt ausgestellt werden – einmal auf den „offiziellen" und einmal auf den selbstgewählten Namen.

Zum Weiterlesen:

Rechtsanwältin Maria Sabine Augstein (2013): Zur Situation transsexueller Kinder in der Schule vor der offiziellen (gerichtlichen) Vornamensänderung.

Antidiskriminierungsstelle des Bundes (2016): Verwendung des gewählten Namens von trans* Studierenden an Hochschulen unabhängig von einer amtlichen Namensänderung.

Toiletten, Umkleiden, Klassenfahrten

Welche Toilette, welche Umkleide, welches Zimmer in Jugendherberge oder Pflegeheim? Orte, an denen das gesellschaftliche Leben zweigeschlechtlich organisiert ist, stellen für trans* Menschen eine große Belastung dar. Deshalb ist es wichtig, in diesen Bereichen gemeinsam mit der betroffenen trans* Person nach Lösungen zu suchen. Die Benutzung der Toiletten und Umkleiden des Identitätsgeschlechts ist für manche trans* Personen eine einfache Lösung. Wenn das aber zu Beleidigungen und Angriffen führt, fühlt sich eine Einzelumkleide vielleicht zunächst sicherer an. Dann muss die Einrichtung parallel etwas gegen das trans*feindliche Klima unternehmen. Für nonbinäre Trans* ist die gemeinsame Lösungssuche ebenfalls wichtig. Und die Einrichtung einer All-Gender-Toilette ist in manchen Schulen und Bildungsstätten schon lange geschehen.

Gerade im Jugendbereich gibt es oft Unsicherheiten. Darf sich ein Mädchen mit „männlichem Körper" bei den Mädchen umziehen? Selbstverständlich. Aber was, wenn es Beschwerden von Eltern oder Ängste bei anderen Mädchen gibt? Dann gilt das gleiche, wie bei Vorbehalten gegen ein lesbisches Mädchen in der Gemeinschaftsdusche: Die Lösung darf nicht auf dem Rücken der trans* Person ausgetragen werden. Vielmehr ist Aufklärungsarbeit gefragt. Wo kommen die Berührungsängste her, welches Wissen fehlt, welche unterschwelligen Konflikte

gibt es in der Gruppe? Trans*beratungsstellen oder LSBTIQ-Beauftrage an der Schule bieten dafür Bildungsveranstaltungen und individuelle Beratungen an.

Wie geht trans* im Sport?

Sport trägt zu einem guten Körpergefühl bei, baut Stresshormone ab und fördert das seelische Gleichgewicht. Das kann jede_r gut gebrauchen. Für trans* Personen ist es oft besonders wichtig. Zugleich sind Vereine, Wettkämpfe und auch der Schulsport meist sehr zweigeschlechtlich organisiert.

Für das wöchentliche Training sollte es dabei keine Schwierigkeiten geben – hier gelten die genannten Hinweise zur Umkleiden- und Toilettennutzung. Im Wettkampfbetrieb stellt sich zunächst die Frage: In welcher Gruppe würde die trans* Person selbst gern antreten? In vielen Wettkampfordnungen gibt es keine direkten Regeln für trans* Sportler_innen. Trainer_innen, Schiedsrichter_innen, Jugendleiter_innen und Landesverbände sind eingeladen, Spielräume zu finden und zu nutzen. In vielen Kampfkünsten ist das Geschlecht zum Beispiel nicht so wichtig. In anderen Sportarten wie Sportaerobic, Croquet, Ultimate Frisbee, Mixed Softball oder Reiten erfolgt auch im Wettkampf keine strikte Geschlechtertrennung. Und beim Fußball dürfen bis zu einem bestimmten Alter auch im Ligabetrieb alle Geschlechter in „Jungs-Teams“ mitspielen. Der Berliner Fußball-Verband hat auch darüber hinaus schon Regeln für das Spielrecht von trans* und inter* Personen entwickelt.

Im Schulsport kann auf geschlechtergetrennte Gruppen verzichtet werden. Wo daran festgehalten wird, sollte mit dem_der trans* Jugendlichen eine individuelle Lösung gefunden werden. Das gilt auch für die Anwendung der entsprechenden Leistungstabellen. Wichtiger als eine bessere oder schlechtere Schulnote ist das psychische Wohlbefinden.

Trans* im Job

Die Arbeitslosigkeit unter trans* Personen ist überdurchschnittlich hoch. Grund sind oft Vorurteile und Barrieren in Unternehmen. Andererseits klagen viele Branchen über Fachkräftemangel. Ein trans*positives Arbeitsklima lohnt sich deshalb auch für Firmen und Organisationen.

Respekt können alle

Wer selbst nicht trans* ist, kann dennoch eine Menge tun, um trans* Personen den Alltag zu erleichtern. Das gilt auch für Kolleg_innen, entfernte Bekannte oder alte Schulfreund_innen, die sich nur einmal im Jahr zu Sylvester sehen. Zeigen Sie Respekt.

Für trans*geschlechtliche Angestellte gelten die bis hierhin genannten Empfehlungen:

- Anrede respektieren, unkomplizierte Lösungen für Toiletten und Umkleiden finden, interne Papiere, E-Mail-Adresse etc. auf den gewünschten Namen ausstellen.
- Privatsphäre und Offenbarungsschutz sind dabei wichtig, internes Wissen über eine Transition oder über anstehende medizinische Behandlungen sind streng vertraulich zu behandeln.
- Bei trans*feindlichen Reaktionen sollten sich Vorgesetzte klar hinter die betroffene Person stellen.
- Sensibilisierungsworkshops durch Diversity-Beauftragte oder externe Fachkräfte können die Situation im Team erheblich verbessern.

So machen Sie trans* Menschen das Leben leichter:

- Vornamen und Pronomen respektieren. Bei Unsicherheit wertfrei nachfragen. Auch sich selbst mit Pronomen vorzustellen, signalisiert Offenheit.
- Kein Zwangsouting! Trans* Personen entscheiden selbst, wann und wem sie von ihrem neuen Namen, ihrer Identität oder ihren Gefühlen erzählen.
- Auf intime Fragen verzichten. Fragen nach Genitalien, Sexualität oder geplanten Operationen können in einer engen Freundschaft unter vier Augen angemessen sein. In der Frühstückspause im Betrieb sind sie es nicht.
- Zivilcourage zeigen. Intervenieren Sie, wenn Sie Zeug_in von trans*feindlichen oder anderweitig diskriminierenden Sprüchen, Witzen oder Vorfällen werden. Damit tragen Sie zu einer respektvollen Atmosphäre bei. Auch wenn Sie nicht besonders schlagfertig sind oder fürchten, etwas Falsches zu sagen: Jede Intervention ist besser als keine. Wer schweigt, stimmt zu.
- Eigene Unsicherheit aushalten. Vielleicht irritiert es Sie, dass eine Kollegin jetzt Isabell heißt und mit Bartstoppeln zur Arbeit kommt. Dabei bemerken Sie, wie eng gesellschaftliche Vorstellungen über Geschlecht sind. Ihre Kollegin ist nicht dafür verantwortlich, die Normen einer bruchlosen Zwei-Geschlechter-Welt zu erfüllen.

BEZIEHUNGEN, LIEBE UND SEX

Oh Schreck, bin ich jetzt schwul?

Oder sogar hetero? Ein Trans*-Coming-out in der Beziehung bedeutet auch für den_die Partner_in Veränderungen, Fragen und Herausforderungen. Die eigene Identität, die vielleicht damit verknüpft war, heterosexuell, schwul oder lesbisch zu lieben, gerät ins Wanken. Der_die Partner_in ist noch dieselbe Person und doch jemand anderes. Wie konnte ich das übersehen, habe ich sie_ihn gar nicht richtig gekannt? Habe ich etwas falsch gemacht, eine falsche Beziehung geführt? Und was werden Bekannte und Freund_innen sagen?

Lassen Sie sich nicht aus der Ruhe bringen. Hören Sie nicht so sehr auf das Außen, auf Kolleg*innen, Schubladendenken oder Disney-Märchen. Ein Trans*-Coming-out ist eine Chance, sich selbst und den_die andere_n neu zu entdecken und bisherige Rollenvorstellungen in einer Beziehung abzulegen. Vielleicht treffen Sie sich mit anderen Partner_innen von trans* Personen und tauschen sich aus.

Einfach zusammenbleiben – das geht

Viele Menschen haben nach einem Trans*-Coming-out Angst vor einer Trennung. Die ist jedoch keine notwendige Folge. Ein Coming-out ist ein Beziehungsangebot: Ich vertraue dir. Ich will dir begreiflich machen, was in mir vorgeht. Denn du bist mir wichtig. Wenn alle Beteiligten sich auf das Abenteuer einlassen, kann diese Erfahrung die Beziehung vertiefen.

Eine Transition kann aber Beziehungen ebenso wie Freundschaften auch stark belasten. Trans*feindlichkeit im Alltag, Unverständnis von Freund_innen, materielle, rechtliche oder medizinische Sorgen können viel Druck aufbauen. Aufmerksamkeit und Raum in der Beziehung müssen neu verhandelt werden. Deshalb ist eine sensible und transpositive Beziehungsberatung in dieser Zeit fast immer empfehlenswert. Fragen Sie in einer Trans*beratungsstelle danach.

Wie geht das mit dem Sex?

Wie ging es denn bisher? Und wie könnte es in Zukunft gehen? Ein Trans*-Coming-out ist eine Chance, Sexualität miteinander neu zu entdecken. Das geht auf die gleiche Weise gut, wie für alle anderen auch: Im Gespräch bleiben, Räume schaffen, mal was Neues ausprobieren. Dabei locker bleiben, auch mal albern sein und feste Vorstellungen darüber, was zum Sex dazugehört, möglichst loslassen.

Setzen Sie sich nicht unter Druck. Lassen Sie einander Zeit. Vielleicht inspiriert Sie ein Buch. Vielleicht aus einem LSBTIQ*-Online-Shop, auch, wenn Sie sich dort erst etwas orientieren müssen. Beim Sex geht es um Spaß und Lust, um Nähe oder Ekstase –nicht um Schubladen und nicht um den „richtigen" Sex.

lsbtiq*: Abkürzung für lesbisch, schwul, bisexuell, trans*-, intergeschlechtlich und queer. Das Sternchen deutet an, dass die Aufzählung nicht abgeschlossen ist.

Was heißt polyamourös?

Wenn Menschen mehr als eine Liebesbeziehung zur gleichen Zeit führen, wobei alle Beteiligten voneinander wissen, wird das häufig als polyamourös bezeichnet. Dabei gibt es viele verschiedene Varianten: mehrere gleichwertige Beziehungen, eine Haupt- und eine Nebenbeziehung, Beziehungen im Dreieck oder Quadrat, Beziehungen mit oder ohne Sex.

Für manche Menschen ist „poly" schon lange ein Teil des Lebens. Für viele andere nicht. Eine Transition bringt einiges auf den Prüfstand: traditionelle Geschlechterrollen, Zuweisungsgeschlechter und die eigenen Vorstellungen von Sexualität. Da stellen manche Menschen ihre Vorstellungen von Monogamie in der Beziehung gleich mit in Frage.

Es gibt allerdings keinen ursächlichen Zusammenhang zwischen Trans*sein und polyamourösen Beziehungen. Das Thema kann sich für manche Menschen stellen, für andere nicht, es kann manche Beziehungen bereichern und andere herausfordern – unabhängig vom Geschlecht oder von der sexuellen Orientierung.

Freund_innen und Partner_innen

Freund_innen, Partner_innen oder Geschwister, die einen geliebten Menschen während einer Transition begleiten, stehen häufig ebenfalls unter Druck. Da ist es wichtig, selbst nicht ins Abseits zu geraten. Zeit für sich selbst, für eigene Hobbys, weitere Freundschaften oder einfach zum Chillen ist wichtig. Trans*positive Netzwerke und Beratungsstellen sind auch für Partner_innen und Freund_innen eine wichtige Unterstützung.

TRANS* IN DER FAMILIE

Können trans* Personen gute Eltern sein?

Gute Elternschaft hängt mit der Qualität der familiären Beziehungen zusammen. Nicht mit dem Geschlecht der Eltern. Das machen Regenbogen- und Einelternfamilien seit Jahrzehnten vor. Es stimmt, Kinder brauchen in der Familie Stabilität. Aber das heißt nicht, dass Eltern keinen Job wechseln, dass nicht umgezogen, geheiratet, gestritten – oder eben das Geschlecht verändert werden darf. Wichtig sind vielmehr stabile Beziehungen, ein wertschätzender Umgang der Eltern miteinander, eine Atmosphäre, in der Kinder Fragen stellen dürfen und darauf Antworten bekommen. Und eine Familie, die ihnen gegenüber der Umwelt den Rücken stärkt. Dann ist es für Kinder oft gar nicht so kompliziert. Denn ob sie Mama, Mami oder Paul, Papa, Dad oder Kim sagen, spielt meistens keine so große Rolle. Allerdings werden trans* Eltern und werdenden Eltern heute noch viel Steine in den Weg gelegt. Es fehlt an rechtlicher und gesellschaftlicher Anerkennung. Im Zweifel kann eine Trans*beratungsstelle alle Beteiligten unterstützen.

Was tun, wenn ein Kind vielleicht trans* ist?

Das Gleiche, wie mit jedem anderen Kind: Liebhaben, sehen, zuhören, respektieren. Bedingungslose Liebe. Authentisch und dabei gelassen bleiben. Familie als einen Ort der Erprobung betrachten. Hier darfst du sein, wer du bist. Hier darfst du Dinge ausprobieren, hier darfst du deine Meinung auch ändern. Denn hier bist du sicher.

Trans*geschlechtlichkeit lässt sich übrigens weder anerziehen noch abgewöhnen. Sie ist ein Teil dieser einzigartigen Person, die Sie als Eltern eine Weile begleiten dürfen.

Manche Kinder tragen eine Zeit lang – oder für immer – einen anderen Namen. Manche haben andere Ideale als die Eltern. Manche entwickeln eine andere Geschlechtsidentität, als die Eltern dachten. Das heißt nicht, dass Eltern etwas falsch gemacht haben. Wenn sich Ihre Kinder Ihnen mit solchen Themen anvertrauen, dann haben Sie vielmehr einiges richtig gemacht. Ein Coming-out in der Familie ist ein Geschenk, eine Einladung, die Beziehung zu vertiefen.

Bruder, Schwester, Buderwester

Geschwister verhalten sich oft unterstützend. Manchmal auch nicht. Wichtig ist, dass auch sie weiterhin die passende Aufmerksamkeit bekommen. Und bei Bedarf Unterstützung. Denn den Jetzt-vielleicht-Bruder gegenüber der Clique zu verteidigen, gegenüber Großeltern zu erklären und dazu noch trans*feindliche Sprüche an der Schule auszuhalten, das kann auch Geschwistern an die Nieren gehen.

TRANS* KINDER UND JUGENDLICHE

Wo kommen die plötzlich alle her?

Auch wenn Diskriminierungen noch an der Tagesordnung sind, so hat sich doch die Sichtbarkeit von trans* Menschen in den letzten Jahren verbessert. Es gibt mehr positive Lebensberichte, mehr Wissen, mehr Netzwerke. Das veränderte Klima führt zu mehr Coming-outs in allen Altersstufen – auch bei Jugendlichen und Kindern. Es gibt jetzt mehr Menschen, die sich trauen, damit nach draußen zu gehen. Ähnlich wie es auch nach der Legalisierung von Homosexualität zu einer „Coming-out-Welle“ kam.

Aus allen Wolken gefallen

Manchen Erwachsenen erscheint das Trans*-Coming-out eines Kindes oder Jugendlichen als folgerichtig – weil er_sie schon immer nicht richtig in die Schubladen passte. Andere sind völlig überrascht und fragen sich, wie es so plötzlich dazu kommt.

Kinder und Jugendliche nehmen oft viel Rücksicht auf Eltern und Familie. Vielleicht nehmen Eltern das nicht immer wahr, weil ihre Teenager nie den Tisch abräumen wollen. Aber mit großen und schwierigen Themen halten sich junge

Menschen oft zurück, um ihre Eltern zu schonen. Das kann auch zu einer übertrieben angepassten Geschlechterdarstellung führen – bis es eines Tages nicht mehr geht. Oder bis eine Wendung in der Familie einem Kind das Gefühl gibt, dass die Eltern das jetzt aushalten können.
Egal, ob Sie überrascht sind oder sich bestätigt fühlen: die Gelegenheit zum Austausch, Informationsmaterial, Beratungsgespräche und Raum für Zweifel finden Eltern bei anderen Eltern und bei Beratungsstellen – dafür sollte nicht das betreffende Kind zuständig sein.

Kontakte finden Sie unter:
www.regenbogenportal.de

Uneindeutigkeit aushalten

Manche trans* Kinder wissen ganz genau, welches ihr Geschlecht ist. Sie erklären sich im Kindergartenalter zum Mädchen, werden von Paul zu Paula und bleiben bis ins Erwachsenenalter dabei. Andere nennen sich ein paar Monate Felix statt Anna, erobern sich so ihren Platz auf dem Fußballfeld und kehren dann zu ihrem alten Namen zurück. Manche wechseln ihre Rolle, manche erweitern sie nur, manche stellen fest, dass weder die männliche noch die weibliche Identität für sie passt. Manchmal ändert sich das nach einer Weile auch wieder. Diese Fluidität auszuhalten, ist für Angehörige manchmal schwieriger als ein klarer Rollenwechsel. Aber all das sollte möglich sein. Ohne Experimente können Kinder nicht groß werden. Und auch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Geschlecht braucht Raum zum Experimentieren.

Was kann ich tun, um ein Kind zu unterstützen?

Jedes Kind braucht Liebe und Unterstützung, egal in welche Richtung es sich entwickelt. Das bedeutet natürlich, die gewünschte Rolle, den Namen, den Kleidungsstil zuzulassen und anzuerkennen. Es heißt, Kinder und Jugendliche nicht zur Eindeutigkeit, zu Coming-outs oder ähnlichen Schritten zu drängen. Es bedeutet, ihnen zuzuhören, nachzufragen, sich für ihre Gedanken, Gefühle und Fragen zu interessieren. Und es bedeutet auch dafür zu sorgen, dass das alltägliche Leben weiter geht.

Der Kontakt zu anderen trans*geschlechtlichen oder gendernonkonformen Kindern und Jugendlichen ist für junge Menschen oft sehr wertvoll. Erkundigen Sie sich bei einer Trans*beratungsstelle, wie Sie so einen Kontakt ermöglichen können.

Für ein trans* Coming-out in Schule oder Kindergarten sind nahe Bezugspersonen wichtige Verbündete. Hierbei können Sie jungen Menschen entlasten, indem Sie mit Lehrer_innen, Erzieher_innen und Leitung sprechen, indem Sie dieses Infomaterial verbreiten und sich für den Abbau von Diskriminierungen einsetzen. Den Zeitpunkt dafür bestimmt das Kind.

---

gendernonkonform: Als gendernonkonform werden Menschen bezeichnet, die nicht den gesellschaftlichen Erwartungen

an ihre Geschlechterrolle entsprechen. Mädchen, die gern kämpfen Jungen, die Ballett tanzen, Frauen mit dominantem Führungsstil oder Männer, die sich allein um Kinder und Haushalt kümmern. Die Bezeichnung zeigt, wie eng die Vorstellungen über Geschlechterrollen immer noch sind.

Was tun, wenn er_sie nur noch vor dem Computer hängt?

Trans*geschlechtliche Jugendliche suchen Informationen, Erfahrungsberichte, Kontakte mit Gleichgesinnten und Verbündete. Weil Trans*jugendzentren deutschlandweit selten sind, tun sie das oft und erfolgreich im Internet. Vielleicht haben Sie als Eltern – je nach Alter Ihres Kindes – Bedenken über Rückenschmerzen, Bewegungsmangel oder Cybermobbing. Dann sollten Sie mit Ihrem Kind dafür Lösungen finden, wie regelmäßiges Sporttreiben oder beschränkte Computerzeiten. Bedenken Sie dabei, dass das Internet ein wichtiger Ort sein kann, um eine neue Identität zu erproben, Kontakt zu Freund_innen zu halten und Antworten zu finden .

Wann ist medizinische Hilfe nötig?

Vor Beginn der Pubertät haben Kinder die Freiheit, verschiedene Rollen, Identitäten und Ausdrucksformen von Geschlecht zu erproben. In diesem Alter brauchen Kinder ein unterstützendes Umfeld, das ihre Experimente ermöglicht. Medizinische Hilfe zum Thema Trans*geschlechtlichkeit ist in diesem Alter nicht nötig. Jedoch sollte ein respektvoller Umgang mit der geschlechtlichen Identität bei jedem Arztbesuch selbstverständlich sein.

Wenn Jugendliche sich mit Einsetzen der Pubertät weiter als trans*geschlechtlich erleben, kann medizinischer Rat nötig werden. Die sich entwickelnden körperlichen Geschlechtsmerkmale erschweren den bis dahin einfacheren Rollenwechsel. Die Angst vor Diskriminierungen, wenn ich mich mit hörbarem Stimmbruch als Annalena vorstelle, wird real. Die Sorge, die „falsche“ Pubertät zu erleben, wächst. Da die körperliche Entwicklung bei Kindern manchmal sehr früh einsetzt, fehlt ihnen mitunter die Zeit, sich über sich selbst und die eigene Identität klar zu werden. Dann können Medikamente helfen, die das Fortschreiten der Pubertät zunächst verzögern. Trans*beratungsstellen haben Kontakte zu spezialisierten Mediziner_innen, die Familien und Kinder in einer solchen Situation beraten und unterstützen.

Leider gibt es noch immer Mediziner_innen, die eine solche Unterstützung ablehnen, weil sie glauben, Kinder könnten noch von ihrer Trans*geschlechtlichkeit „geheilt“ werden. Solche „Heilungsversuche“ können auch im Unterlassen medizinischer Behandlungen liegen. Das Gesetzt zum Schutz vor Konversionsbehandlungen schützt seit 2020 minderjährige Personen vor „Umpolungsversuchen“ der geschlechtlichen Identität und der sexuellen Orientierung.

MEDIZINISCHE DIAGNOSTIK

Trans*geschlechtlichkeit ist keine Krankheit

In Europa wurde Trans*geschlechtlichkeit lange als krankhaft verstanden. Inzwischen verändert sich diese Sichtweise. In der aktuellen „Internationalen statistischen Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme (ICD-11)“ der Weltgesundheitsorganisation wird Trans*geschlechtlichkeit nicht mehr als psychische Störung aufgefasst. Die Diagnose lautet vielmehr „Geschlechtsinkongruenz“ (verschiedene Aspekte von Geschlecht passen nicht zusammen).

Muss das nicht erst mal richtig untersucht werden?

Ja. Trans*geschlechtliche Menschen untersuchen, befragen und beleuchten sich selbst sehr genau. Niemand verkündet aus einer Laune heraus ein anderes Geschlecht. Aber: Diese Untersuchung kann nicht von außen erfolgen. Keine Hausärzt_inen oder Psycholog_innen, keine Medizinprofessor_innen und keine Angehörigen können in eine andere Person hineinschauen. Niemand kann über das geschlechtliche Empfinden Auskunft geben, als die betreffende Person selbst.

Warum es trotzdem oft eine Diagnose braucht

Viele trans* Menschen fühlen sich mit der Diskrepanz zwischen Identitätsgeschlecht und Körper nicht wohl. Wenn daraus ein Leidensdruck entsteht oder zu entstehen droht, können medizinische Maßnahmen helfen, die den Körper an das Identitätsgeschlecht angleichen. Beispielsweise durch Hormongaben oder geschlechtsangleichende Operationen. Solche Maßnahmen sind Teil der Gesundheitsversorgung und müssen von den Krankenkassen bezahlt werden. Und wie für jede gesundheitliche Maßnahme verlangen die Kassen auch hierfür eine ärztliche Diagnose.

Die behandelnde Person, die diese Diagnose ausstellt, muss sich dabei auf die Selbstbeschreibung der trans* Person verlassen. Sie sollte versuchen, diese Selbstbeschreibung gut zu verstehen und die Behandlungsplanung durch Informationen und Beratung zu begleiten.

Mehr Informationen rund um Diagnosen und das Verhältnis zwischen Behandler_innen und behandlungssuchenden trans* Personen finden Sie in der aktuellen medizinischen S3Leitlinie zu Transgeschlechtlichkeit, bzw. in der Patient_innenversion „Leitfaden Trans*gesundheit“ (siehe Literaturtipps am Ende der Broschüre).

IDENTITÄT UND KÖRPER

Wollen sich alle trans* Menschen operieren lassen?

Nein. Trans* Menschen sind unterschiedlich und haben unterschiedliche Bedürfnisse. Und es gibt verschiedene Möglichkeiten, die den Geschlechtsausdruck eines Körpers verändern. Manche trans* Menschen wollen ihren Körper möglichst schnell an das Identitätsgeschlecht angleichen. Anderen wollen nur Hormone nehmen, nur eine einzelne Operation nutzen oder allein ihren Namen ändern. Ob medizinische Interventionen das Richtige sind und wenn ja, zu welchem Zeitpunkt, darüber müssen trans* Personen selbst entscheiden. Sie bewegen sich dabei im Spannungsfeld zwischen gesellschaftlichen Rollenerwartungen und ihren eigenen Wünschen. Denn das Umfeld tut sich oft besonders schwer mit Uneindeutigkeit. Informationen zu medizinischen Möglichkeiten und wissenschaftlich fundierte Empfehlungen finden sich in der aktuellen medizinischen S3Leitlinie zu Transgeschlechtlichkeit bzw. in der Patient_innenversion „Leitfaden Trans*gesundheit".

Welche Rolle spielt der Körper und für wen?

In unserer Vorstellung sind Geschlecht und Körper häufig fest miteinander verknüpft. Von klein auf haben wir gelernt, dass das Geschlecht sich aus dem Körper ergäbe. Für trans* Personen kann es deshalb sehr wichtig sein, beispielsweise ihr Brustprofil durch Hormone oder durch eine Operation so zu verändern, dass sie sich selbst stimmig fühlen. Auch um zum Beispiel unbeschwert die Damen- oder Herrentoilette nutzen zu können.

Manchen Angehörigen machen solche körperlichen Veränderungen Angst. Dadurch verändern sich jedoch weder Charakterzüge noch Eigenschaften oder Erinnerungen der trans* Person. Sie kann aber selbstbewusster und glücklicher werden. Der Körper verändert sich, wie er sich auch im Alter, durch Sport oder durch die Ernährung verändert. Die Sorge, durch medizinische Maßnahmen eine geliebte Person zu verlieren, ist unbegründet.

Was ist mit den Genitalien?

Trans* Personen können sehr unterschiedliche Haltungen gegenüber ihren Genitalien und der Frage haben, ob sie diese mit Hormonen oder Operationen verändern möchten. Das Genital sagt nichts über die geschlechtliche Identität einer Person aus. Für trans* Personen kann es wichtig sein, sich mit Partner_in

und Ärzt_innen darüber auszutauschen. Dabei sollte es nicht voyeuristisch oder wertend zugehen. Manche trans* Personen möchten auch nicht darüber reden.

Körperliche Nähe

Menschen brauchen Berührungen und stellen darüber Nähe, Sicherheit und Intimität her. Kleinere Kinder sind auf körperliche Nähe besonders angewiesen, um eine sichere Bindung aufzubauen. Das gilt natürlich auch für trans* Personen und ihre Liebsten. Es gibt keinen Grund, körperliche Nähe während einer Transition zu vermeiden. Es kann aber Veränderungen geben, deren Erkundung Zeit braucht. Beispielsweise können sich durch Hormone die Stimme, der Körpergeruch oder die Haut verändern. Operationen können über einen bestimmten Zeitraum zu Schmerzen oder Berührungsempfindlichkeit führen.

Was, wenn es ein Irrtum ist?

Manche körperlichen Veränderungen sind umkehrbar, andere nicht. Trans* Personen beschäftigen sich deshalb sehr genau damit, was sie brauchen, ob sich das richtig anfühlt und welche Nebenwirkungen zu erwarten sind. Sie wollen sich in ihrem Körper wohl fühlen und machen sich auch Gedanken über mögliche Irrtümer. Dass sie eine körperliche Veränderung später bereuen, ist selten, aber nicht ausgeschlossen. Geschlecht ist ein lebendiger Teil der Identität und es ist auch möglich, dass sich die eigene Identität mehrmals ändert. Der Umgang mit „Irrtümern“ ist leichter, wenn trans* Menschen sich selbst frei für eine bestimmte Maßnahme entscheiden konnten und wenn sie Zweifel und Fragen während des Prozesses thematisieren durften. Das ist heute mitunter noch schwierig. Denn gesetzliche Regelungen und der medizinische Dienst der Krankenkassen fordern in der Regel eine besonders normative Darstellung von Männlichkeit oder Weiblichkeit ein.

Wie lange wird jemand krankgeschrieben?

Viele körperliche Behandlungen wie Hormontherapien, Epilationen oder Logopädie erfolgen ambulant und ohne Fehlzeiten. Bei Operationen ist jedoch mit Krankschreibungen zu rechnen. Keine so gute Nachricht für Arbeitgeber_innen. Solche Behandlungen verbessern jedoch in der Regel das Allgemeinbefinden erheblich und steigern damit auch die allgemein Gesundheit, die Leistungsfähigkeit und die Belastbarkeit von trans* Personen. Und im Gegensatz zu Depressionen, Burn-Out oder Unfällen sind geschlechtsangleichende Operationen planbar. Signalisieren Sie Unterstützung und erbitten Sie im Gegenzug eine frühzeitige Information über anstehende Fehlzeiten – dann ist beiden Seiten geholfen.

RECHTLICHE FRAGEN

Wann dürfen Arbeitgeber_innen den neuen Namen verwenden?

Alle internen Papiere, Teilnahmelisten oder Teilnahmebescheinigungen, E-Mailadresse oder Visitenkarten können problemlos auf den gewünschten Namen ausgestellt werden. Das gleich gilt für Schul- oder Arbeitszeugnisse. Diese müssen sogar auf den neuen Namen umgeschrieben werden, wenn eine offizielle Namens- und Personenstandsänderung erfolgt ist. Dann gilt auch das gesetzliche Offenbarungsverbot. Sie müssen dann im Betrieb dafür Sorge tragen, dass der alte Name nicht mehr zufällig in Erfahrung gebracht werden kann.

Wie funktioniert die offizielle Namensänderung?

Die offizielle Änderung von Namen und Personenstand (Geschlechtseintrag) ist im Moment noch durch das „Transsexuellengesetz“ (TSG) von 1980 geregelt. Von Entpathologisierung und Gleichberechtigung war 1980 noch nicht die Rede und das merkt man den Regelungen leider sehr deutlich an. Der ganze Prozess ist langwierig, nervenaufreibend und teuer. Trans* Menschen müssen die Änderung beim Amtsgericht beantragen, sich dann mehrfach medizinisch „begutachten“ lassen, werden über intime Lebensdetails befragt und müssen über Monate hinweg abwarten, wie das Amtsgericht entscheidet. Es steht zu hoffen, dass sich die Abläufe in den nächsten Jahren ändern. Bis dahin ist es umso wichtiger, dass Angehörige, Freund_innen, Institutionen und Firmen ihren Spielraum nutzen, Menschen direkt mit dem richtigen Namen und der passenden Anrede anzusprechen.

Was ändert sich an den verwandtschaftlichen Verhältnissen?

Ihr Kind bleibt ihr Kind. Es erbt auch weiterhin von Ihnen. Eltern und Geschwister bleiben dieselben und Adoptionen bleiben rechtskräftig. Es kann sich ändern, ob sie von Ihrem Sohn, ihrer Tochter oder ihrem Kind sprechen. Das ist aber auch alles.

Für trans* Eltern ist die Lage im Moment leider noch kompliziert. Sie werden trotz einer Personenstands- und Namensänderung mit altem Namen und falschem Geschlecht in den Geburtsurkunden ihrer Kinder eingetragen. Dies kann zu enormen Schwierigkeiten im Alltag führen und widerspricht dem Diskriminierungs- und dem Offenbarungsverbot. Das Abstammungsrecht wird zwar aktuell überarbeitet, aber es ist noch keine wirkliche Verbesserung in Sicht.

AUSBLICK

Coming-out, Transition, Veränderungen – das alles ist Leben. Es kann beunruhigen und es kann anstrengend sein. Aber es ist auch großartig, inspirierend und lebendig. Eine Transition verändert die trans* Person und auch ihr Umfeld. Sie führt auf neue Wege, kann neue Perspektiven eröffnen, kann Menschen näher zusammenbringen. Sie kann Menschen ermutigen, über sich selbst, über die Welt, über Normen und Vorschriften, über Körper und Beziehungen neu nachzudenken. Von dieser Chance zum Wachstum profitieren auch Angehörige, Freund_innen, Kolleg_innen und Partner_innen.

Gesellschaftlich und politisch bleibt noch viel zu tun. Aber jede_r kann dazu beitragen, jede_r kann trans* Personen unterstützen, jede_r kann sich selbst von Geschlechternormen freimachen.

Let’s do it together.

LITERATUR

Leitfaden Trans*Gesundheit zur S3-Leitlinie „Geschlechtsinkongruenz, Geschlechtsdysphorie und Trans-Gesundheit: Leitlinie zur Diagnostik, Beratung und Behandlung“ (2019)

Bundesverband Trans*
ISBN: 978-3-9818528-6-8

Für Berater_innen und Therapeut_innen

„Psychotherapeutische Arbeit mit trans* Personen – ein Handbuch für die Gesundheitsversorgung“ (2019)

Autor_innen: Günther, Teren, Wolf
Verlag: Reinhardt Verlag
ISBN: 978-3-497-02881-8

„Trans & Care“ (2019)

Herausgeber_innen.: Max Nicolai Appenroth, María do Mar Castro Varela
Verlag: transscript-Verlag
ISBN: 978-3-8376-4599-6

Ein Buch für Kinder ab vier

„Teddy Tilly“ (2016)

Autorin: Jessica Walton
Illustriert von: Dougal Allan Macpherson
Verlag: FISCHER Sauerländer
ISBN: 978-3-7373-5430-1

Ein Buch für Grundschulkinder

„Der Katze ist es ganz egal“ (2020)

Autorin: Franz Orghandl
Illustriert von: Theresa Strozyk
Verlag: Klett Kinderbuch
ISBN: 978-3-95470-231-2

Bücher für Jugendliche

„Zusammen werden wir leuchten“ (2015)

Autorin: Lisa Williamson
Illustriert von: Theresa Strozyk
Verlag: Fischer Kinder- und Jugendbuch
ISBN: 978-3-7336-0109-6

„George“ (2019)

Autor_in: Alex Gino
Verlag: Fischer Kinder- und Jugendbuch
ISBN: 978-3-7335-0209-6

Informationen für Arbeitgeber_innen

https://www.bundesverband-trans.de/wp-content/uploads/2021/09/TransVisible_Praxistipps-fuer-Arbeitgeber_innen.pdf

Beratungsstellen

Auf der Suche nach Ansprechpartner_innen und Beratungsstellen können Sie sich gern an den Bundesverband Trans* wenden. Wir empfehlen dann Partner_innen in Ihrer Nähe.

Eltern von trans* Kindern finden auch bei **Trakine** Unterstützung. Nutzen Sie zusätzlich auch das **Regenbogenportal** des Bundesfamilienministeriums.

Kontakte finden Sie unter:
www.regenbogenportal.de
www.trans-kinder-netz.de/wer-sind-wir.html

Impressum

Herausgeber_in Bundesverband Trans* e. V. | www.bv-trans.de
Text: Mari Günther | BVT* & Cai Schmitz-Weicht | www.freizeile.de
Gestaltung: Silke Kampfmeier | www.design.skarsky.com
Druckerei: hinkelsteindruck | www.hinkelstein-druck.de

Druckexemplare: können unter info@bv-trans.de bestellt werden
ISBN: 978-3-9818528-9-9

Gefördert vom



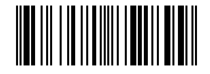
im Rahmen des Bundesprogramms

Demokratie leben!

Die Veröffentlichung stellt keine Meinungsäußerung des BMFSFJ oder des BAFzA dar. Für inhaltliche Aussagen tragen die Autor_innen die Verantwortung.

HILFE DA IST JEMAND TRANS*?
JUCHU, DA IST JEMAND TRANS*!

Denn Erkenntnisse über die eigene Identität sind ein Grund zum Feiern. Aber manchmal auch ein Grund für einige Fragezeichen im Kopf. Der Bundesverband Trans* hat hier die häufigsten Fragen rund um das Thema Trans*geschlechtlichkeit versammelt. Von Coming-out bis Transition, von Sportverein bis Arbeitszeugnis. Für Angehörige, Fachkräfte, Freund_innen, Partner_innen, Lehrer_innen, Vorgesetzte und Kolleg_innen.



ISBN: 978-3-9818528-9-9